

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 45

_____Т.А.Антонова

МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ на 02.07.2025	НОРМА ясли				
	ЗАВТРАК	масса	белки	жиры	углевод ы
каша геркулесовая	150	3,5	4,2	21	124,4
чай с молоком	150	3,87	3,37	16,7	102,94
батон, масло	18\5	3,02	2,78	8,33	62,85
Итого за завтрак		10,39	10,35	46,03	290,19
II ЗАВТРАК					
молоко кипяченое	100	2,6	3,2	11	83
		2,6	3,2	11	83
ОБЕД					
салат из огурцов	40	1,02	2,07	2,53	33,33
суп перловый со сметаной	150	1,21	2,94	13,44	88,88
капуста тушеная с мясом	180	5,03	4,85	21,66	151,25
компот из изюма	150	0,33	0,08	16,92	68,33
хлеб пшеничный	15	0,82	0,09	5,1	22,29
хлеб ржаной	15	1,05	0,17	6,61	28,05
		9,46	10,2	66,26	392,13
ПОЛДНИК					
икра кабачковая	30	3,08	3,2	6,6	95
суфле из рыбы	80	3,2	4,14	13,98	95,19
сок	150	4,68	5,76	19,8	139,4
Итого за полдник		10,96	13,1	40,38	329,59
Итого за день		30,81	33,65	152,67	1011,91
Стоимость питания					156,45

Рекомендуемый ужин: вареники ленивые, фрукты

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 45

_____ Т.А.Антонова

<i>МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ</i> <i>на 02.07.2025</i>	<i>НОРМА сад</i>				
	<i>ЗАВТРАК</i>	масса	белки	жиры	углевод ы
каша геркулесовая	180	4,25	5,1	25,5	163,2
чай с молоком	180	4,08	3,54	17,58	118,89
батон, масло	20\8	3,86	3,52	11,1	81,4
Итого за завтрак		12,19	12,16	54,18	363,49
<i>II ЗАВТРАК</i>					
<i>молоко кипяченое</i>	100	2,6	3,2	11	83
		2,6	3,2	11	83
<i>ОБЕД</i>					
салат из огурцов	50	1,8	3,1	3,8	50
суп перловый со сметаной	200	1,45	3,53	16,13	106,56
капуста тушеная с мясом	200	7,13	4,55	25,6	178,75
компот из изюма	180	0,4	0,1	20,3	82
хлеб пшеничный	20	1,37	0,16	8,51	37,15
хлеб ржаной	20	1,75	0,28	11,02	46,75
		13,9	11,72	85,36	501,21
<i>ПОЛДНИК</i>					
икра кабачковая	30	3,21	4,07	5,37	103,5
суфле из рыбы	100	2,89	5,89	19,89	148,78
сок	180	4,68	5,76	19,8	139,4
Итого за полдник		10,78	15,72	45,06	391,68
Итого за день		36,87	39,6	184,6	1256,38
Стоимость питания					160,05

Рекомендуемый ужин: вареники ленивые, фрукты

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 45

_____ Т.А.Антонова

<i><u>МЕНЮ коррекционного</u></i> <i><u>ПИТАНИЯ на 02.07.2025</u></i>	<i>НОРМА</i>				ккал
	масса	белки	жиры	углевод ы	
<i>ЗАВТРАК</i>					
каша геркулесовая на воде	120	4,25	5,1	25,5	163,2
чай с сахаром	180	4,08	3,54	17,58	118,89
батон, масло	20\8	3,86	3,52	11,1	81,4
Итого за завтрак		12,19	12,16	54,18	363,49
<i>II ЗАВТРАК</i>					
сок	100	2,6	3,2	11	83
		2,6	3,2	11	83
<i>ОБЕД</i>					
салат из огурцов	50	1,8	3,1	3,8	50
суп перловый со сметаной	200	1,45	3,53	16,13	106,56
фрикаделька куриная	80	7,88	8,2	3,5	84,38
капуста тушеная	120	8,09	7,95	10,78	315,45
компот из изюма	180	0,4	0,1	20,3	82
хлеб пшеничный	20	1,37	0,16	8,51	37,15
хлеб ржаной	20	1,75	0,28	11,02	46,75
		22,74	23,32	74,04	722,29
<i>ПОЛДНИК</i>					
икра кабачковая	30	3,21	4,07	5,37	103,5
суфле из рыбы	100	2,89	5,89	19,89	148,78
сок	180	4,68	5,76	19,8	139,4
Итого за полдник		10,78	15,72	45,06	391,68
Итого за день		45,71	51,2	173,28	1477,46
Стоимость питания					153,70